

Pelaksanaan Program Cek Kesehatan Gratis dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Masyarakat di RW 01 Kelurahan Mulyojati Metro Barat

Fijri Rachmawati*, Dila Putri Kinanti Andrian, Mutiah Komala Dewi, Irlangga,
M Zibran Firmansyah

Universitas Malahayati, Bandar Lampung, Indonesia

*Corresponding Author: fijri@malahayati.ac.id

Dikirim: 21-08-2026; Direvisi: 09-09-2026; Diterima: 11-09-2026

Abstrak: Kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) dilaksanakan sebagai salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan dasar masyarakat, khususnya kelompok lanjut usia, serta meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kegiatan ini dilaksanakan oleh Kelompok 58 Kuliah Kerja Lapangan–Pembelajaran dan Pemberdayaan Masyarakat (KKL-PPM) Universitas Malahayati di RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro, pada 30 Juli 2026. Sebanyak 43 peserta mengikuti kegiatan berdasarkan kehadiran dan kesediaan masyarakat untuk memperoleh pemeriksaan kesehatan secara gratis. Sasaran kegiatan terutama ditujukan kepada masyarakat lanjut usia dan warga sekitar RW 01. Pelaksanaan kegiatan bekerja sama dengan UPTD Puskesmas Mulyojati serta melibatkan mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan partisipatif melalui pemeriksaan tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan kadar gula darah, dilanjutkan dengan konsultasi kesehatan. Evaluasi dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* dengan empat indikator, yaitu pengetahuan mengenai tekanan darah, kadar gula darah, manfaat daun kelor, dan pemanfaatan daun kelor sebagai bahan makanan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan awal peserta masih belum merata. Sebanyak 39,5% peserta mengetahui tekanan darahnya, 27,9% mengetahui kadar gula darahnya, 25,6% mengetahui manfaat daun kelor, dan 48,8% mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah menjadi makanan. Setelah kegiatan, hasil *post-test* menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) menjawab “Ya” pada seluruh indikator. Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan juga memperkenalkan puding daun kelor sebagai salah satu alternatif olahan pangan berbahan lokal. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa CKG memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan peserta sekaligus menambah pemahaman mengenai manfaat dan pemanfaatan daun kelor.

Kata Kunci: Cek Kesehatan Gratis; Lansia; Daun Kelor; Pengabdian Masyarakat; KKL–PPM.

Abstract: The Free Health Check (CKG) activity is carried out as a form of community service to increase public attention to health conditions, especially the elderly group. This activity was carried out by Group 58 Field Work Lectures – Learning and Community Empowerment (KKL–PPM) Malahayati University in RW 01 Mulyojati Village, West Metro District, Metro City. The activity was held on July 30, 2026 involving 43 participants and in collaboration with the Mulyojati Health Center UPTD. The implementation method uses a participatory approach through height, weight, blood pressure, and blood sugar levels, followed by health consultation. The evaluation was carried out using pre-test and post-test with four indicators, namely knowledge about blood pressure, blood sugar levels, the benefits of moringa leaves, and the use of moringa leaves as foodstuffs. The results of the pre-test show that the participants' initial knowledge is still uneven. As many as 39.5% of participants knew their blood pressure, 27.9% knew their blood sugar levels, 25.6% knew the

benefits of moringa leaves, and 48.8% knew that moringa leaves can be processed into food. After the activity, the post-test results showed that all participants (100%) answered "Yes" on all indicators. In addition to health checks, the activity also introduced moringa leaf pudding as one of the alternatives to processed food made from local ingredients. The results of the activity showed that CKG provided information about the health condition of the participants while increasing understanding of the benefits and utilization of moringa leaves.

Keywords: Free Health Check; Elderly; Moringa Leaves; Community Service; KKL-PPM.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek mendasar yang berperan dalam menunjang keberlangsungan hidup dan kesejahteraan seseorang. Kondisi sehat tidak hanya mencerminkan keadaan fisik yang baik, tetapi juga mencakup keseimbangan mental dan sosial sehingga seseorang dapat menjalankan aktivitas sehari-hari secara produktif, baik dalam kehidupan sosial maupun ekonomi. Dengan demikian, kesehatan menjadi salah satu sumber daya penting yang perlu dijaga dan dipelihara dalam kehidupan sehari-hari. Namun, kondisi kesehatan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Selain itu, keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan serta kondisi lingkungan yang kurang terjaga juga dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai gangguan kesehatan dan penyakit (Kemenkes RI, 2016).

Masyarakat memiliki peran penting dalam mendukung terciptanya kondisi kesehatan yang baik di lingkungan tempat tinggalnya. Kesehatan masyarakat juga menjadi salah satu aspek penting dalam pembangunan berkelanjutan karena kondisi kesehatan yang baik berpengaruh terhadap peningkatan kualitas hidup dan produktivitas masyarakat (Amalia et al., 2025). Individu yang memiliki kondisi kesehatan yang baik akan lebih mampu menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal serta berkontribusi dalam kehidupan sosial dan pembangunan di lingkungannya. Namun, kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan masih perlu ditingkatkan karena perhatian terhadap kesehatan terkadang belum menjadi prioritas di tengah aktivitas dan tuntutan kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut menjadi perhatian khusus pada kelompok lanjut usia yang membutuhkan pemantauan kesehatan secara lebih rutin. Diperlukan upaya yang dapat mendorong kelompok lansia untuk lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala dan edukasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan (Agustian et al., 2024). Upaya peningkatan kesadaran kesehatan juga memerlukan keterlibatan berbagai pihak, seperti pemerintah, fasilitas pelayanan kesehatan, perguruan tinggi, dan masyarakat melalui kegiatan promotif, preventif, dan edukatif (Mangku et al., 2026).

Seiring dengan meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia, kebutuhan terhadap pelayanan dan pemantauan kesehatan pada kelompok tersebut juga semakin besar. Kelompok lansia memerlukan perhatian kesehatan yang lebih rutin karena perubahan kondisi tubuh seiring bertambahnya usia dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah kesehatan (Fitrianingsih & Ghofur, 2024). Pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi salah satu langkah penting untuk mengetahui kondisi kesehatan dan mendeteksi faktor risiko penyakit sejak dini. Secara ideal, kelompok lanjut usia perlu melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin agar kondisi kesehatannya dapat dipantau dan faktor risiko penyakit dapat diketahui sejak



awal (Agustian et al., 2024). Meskipun demikian, kondisi di RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat lansia yang belum mengetahui kondisi kesehatannya secara pasti, khususnya terkait tekanan darah dan kadar gula darah, serta belum melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Berdasarkan hasil observasi dan koordinasi dengan perangkat kelurahan, pengurus RW, serta kader kesehatan, kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala dengan kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan secara rutin. Diperlukan suatu upaya yang dapat memberikan akses pemeriksaan kesehatan sekaligus meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya mengetahui kondisi kesehatan dan melakukan deteksi dini terhadap faktor risiko penyakit.

Pelaksanaan program cek kesehatan gratis merupakan salah satu upaya yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kepedulian masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan (Arianti et al., 2024). Melalui program ini, masyarakat tidak hanya memperoleh layanan pemeriksaan kesehatan dasar, tetapi juga mendapatkan edukasi mengenai pentingnya deteksi dini sebagai langkah awal dalam mencegah dan mengendalikan berbagai penyakit. Di samping itu, program ini mendorong masyarakat untuk menerapkan upaya preventif melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala dan penerapan pola hidup sehat guna mengurangi risiko terjadinya penyakit (Torfiah et al., 2024).

Sebagai wujud pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, Kelompok 58 Kuliah Kerja Lapangan–Pembelajaran dan Pemberdayaan Masyarakat (KKL-PPM) Universitas Malahayati melaksanakan Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) di RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro. Untuk mendukung pelaksanaan program tersebut, Kelompok 58 berkolaborasi dengan UPTD Puskesmas Mulyojati dan melibatkan mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati. Kegiatan ini meliputi pemeriksaan tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan kadar gula darah, serta konsultasi kesehatan yang dilakukan dengan pendampingan tenaga kesehatan. Selain memperoleh hasil pemeriksaan, masyarakat juga diberikan edukasi mengenai pentingnya menerapkan pola hidup sehat, menjaga asupan gizi yang seimbang, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai langkah pencegahan penyakit.

Sebagai inovasi dalam pelaksanaan program, kegiatan ini juga memperkenalkan puding daun kelor sebagai salah satu contoh olahan pangan bergizi berbahan dasar tanaman lokal. Daun kelor dikenal memiliki kandungan vitamin, mineral, protein, zat besi, kalsium, dan antioksidan yang bermanfaat bagi tubuh. Meskipun memiliki kandungan gizi yang tinggi, pemanfaatan daun kelor di masyarakat masih relatif terbatas (Nurleli & Jumade, 2021). Sebagian besar masyarakat hanya mengolah daun kelor sebagai sayur bening, sedangkan inovasi pengolahannya menjadi produk pangan yang lebih menarik, seperti puding daun kelor, masih belum banyak dikenal. Melalui pembagian dan edukasi mengenai pengolahan puding daun kelor, masyarakat diperkenalkan pada alternatif makanan bergizi yang mudah dibuat, memiliki cita rasa yang dapat diterima berbagai kalangan, serta memanfaatkan potensi pangan lokal. Diversifikasi olahan daun kelor dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan konsumsi pangan bergizi sekaligus memanfaatkan potensi bahan pangan lokal (Nugroho et al., 2024).



Melalui kegiatan tersebut, diharapkan masyarakat dapat lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya dan terdorong untuk menerapkan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 30 Juli 2026 di halaman rumah Ketua RT 02 RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro, dengan sasaran utama kelompok lanjut usia (lansia) dan masyarakat sekitar. Kegiatan dilaksanakan pada pukul 09.00–10.30 WIB. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan melibatkan Kelompok 58 Kuliah Kerja Lapangan–Pembelajaran dan Pemberdayaan Masyarakat (KKL-PPM) Universitas Malahayati, UPTD Puskesmas Mulyojati, mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati, pengurus RW, serta masyarakat.

Pelaksanaan Program Cek Kesehatan Gratis bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat RW 01 Kelurahan Mulyojati, khususnya kelompok lanjut usia, mengenai pentingnya mengetahui kondisi kesehatan melalui pemeriksaan secara berkala dan deteksi dini faktor risiko penyakit. Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi mengenai penerapan pola hidup sehat serta memperkenalkan pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu alternatif pangan bergizi berbasis bahan lokal. Tujuan tersebut menjadi dasar dalam menentukan rangkaian kegiatan yang meliputi pemeriksaan kesehatan, konsultasi, dan edukasi kepada peserta.

Tahap awal kegiatan dilakukan melalui perencanaan dan koordinasi dengan pengurus RW 01 dan UPTD Puskesmas Mulyojati. Perencanaan meliputi observasi kondisi masyarakat, identifikasi kebutuhan kesehatan, penentuan lokasi dan waktu kegiatan, serta pembagian tugas antara mahasiswa, tenaga kesehatan, dan pihak terkait. Tahap ini dilakukan untuk memastikan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat, khususnya kelompok lansia.

Sebelum pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi, peserta mengikuti *pre-test* untuk mengetahui pemahaman awal mengenai kondisi kesehatan dan pemanfaatan daun kelor. *Pre-test* diberikan kepada 43 peserta yang hadir dan terdiri atas empat pertanyaan sederhana. Pertanyaan tersebut mencakup pengetahuan peserta mengenai tekanan darah, kadar gula darah, manfaat daun kelor bagi kesehatan, serta kemampuan mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah menjadi makanan. Indikator yang digunakan dalam *pre-test* disajikan pada Tabel 1. Jawaban peserta kemudian digunakan sebagai gambaran awal sebelum mengikuti rangkaian kegiatan.

Tabel 1. Indikator *Pre-Test*

No.	Indikator yang Diukur	Pertanyaan	Bentuk Jawaban
1	Pengetahuan mengenai tekanan darah	Apakah Anda mengetahui tekanan darah Anda?	Ya/Tidak
2	Pengetahuan mengenai kadar gula darah	Apakah Anda mengetahui kadar gula darah Anda?	Ya/Tidak
3	Pengetahuan tentang manfaat daun kelor	Apakah Anda mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan?	Ya/Tidak
4	Pengetahuan tentang pengolahan daun kelor	Apakah Anda mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah menjadi makanan?	Ya/Tidak



Setelah *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan kadar gula darah. Pemeriksaan dilakukan oleh mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati dengan pendampingan tenaga kesehatan dari UPTD Puskesmas Mulyojati. Hasil pemeriksaan kemudian disampaikan kepada peserta sehingga peserta dapat mengetahui kondisi tekanan darah dan kadar gula darahnya pada saat pemeriksaan. Peserta juga memperoleh konsultasi kesehatan berdasarkan hasil pemeriksaan serta penjelasan mengenai langkah yang dapat dilakukan untuk menjaga kondisi kesehatan dan mencegah risiko penyakit.

Rangkaian kegiatan juga mencakup edukasi mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu sumber pangan bergizi. Edukasi daun kelor dilakukan melalui pengenalan manfaat dan pembagian puding daun kelor sebagai contoh inovasi pengolahan pangan berbahan dasar tanaman lokal. Kegiatan ini bertujuan memberikan alternatif pemanfaatan daun kelor yang mudah diolah dan dapat menjadi salah satu pilihan makanan bergizi bagi keluarga.

Setelah seluruh rangkaian pemeriksaan, konsultasi, dan edukasi selesai, peserta diberikan *post-test* menggunakan pertanyaan yang sama dengan *pre-test*. Pada tahap ini, pertanyaan mengenai tekanan darah dan kadar gula darah diarahkan untuk mengetahui apakah peserta telah mengetahui hasil pemeriksaannya setelah mengikuti kegiatan, sedangkan pertanyaan mengenai daun kelor digunakan untuk melihat pemahaman peserta setelah memperoleh edukasi. Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dibandingkan secara deskriptif berdasarkan jumlah dan persentase jawaban peserta untuk melihat perubahan pemahaman setelah mengikuti kegiatan.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*, keikutsertaan peserta selama pemeriksaan, serta respons dan interaksi masyarakat selama sesi konsultasi dan edukasi. Hasil evaluasi digunakan untuk menggambarkan ketercapaian kegiatan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kondisi kesehatan dan manfaat daun kelor, sekaligus menjadi bahan pertimbangan untuk pengembangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya.

IMPLEMENTASI KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) dilaksanakan pada tanggal 30 Juli 2026 di halaman rumah Ketua RT02 RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro, pada pukul 09.00–10.30 WIB. Kegiatan diikuti oleh 43 peserta yang terdiri atas kelompok lanjut usia dan masyarakat sekitar. Pelaksanaan kegiatan merupakan hasil kolaborasi antara Kelompok 58 KKL-PPM Universitas Malahayati dan UPTD Puskesmas Mulyojati. Kegiatan mendapatkan partisipasi masyarakat melalui pemeriksaan kesehatan, konsultasi berdasarkan hasil pemeriksaan, serta pengenalan puding daun kelor sebagai salah satu alternatif olahan pangan berbahan dasar lokal.





Gambar 1. Pelaksanaan Pemeriksaan CKG



Gambar 2. Pembagian Pudding Daun Kelor

Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan menjadi salah satu bagian utama dalam kegiatan CKG. Pemeriksaan dilakukan terhadap 43 peserta yang meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan kadar gula darah. Pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah memberikan informasi secara langsung kepada peserta mengenai kondisi kesehatannya pada saat kegiatan berlangsung. Hasil pemeriksaan tersebut kemudian disampaikan kepada masing-masing peserta dan menjadi dasar dalam pemberian konsultasi kesehatan oleh tenaga kesehatan UPTD Puskesmas Mulyojati.

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

No.	Nama (Inisial)	Umur	TB	BB	TD	GDS
1	SP	75	150	51	-	142
2	NS	58	155	59	-	177
3	FY	42	158	62	141/70	93
4	JD	46	155	55	110/70	126
5	SN	44	157	64	132/83	116
6	JY	70	136	44	142/89	131
7	SY	56	158	60	138/86	132
8	EK	42	149	57	139/90	78
9	IDH	40	146	56	128/70	158
10	SWN	54	149	58	141/76	122
11	EN	29	144	38	120/84	94
12	PT	73	142	40	136/74	151
13	SJN	59	156	55	160/99	95
14	YEC	21	157	60	100/70	106
15	VA	21	151	51	142/85	113
16	ANF	21	154	56	110/60	112
17	MZ	22	176	59	121/75	134
18	TH	52	152	54	117/71	128
19	JNK	37	156	58	100/70	106
20	SKM	65	145	53	128/78	138
21	UDN	72	170	56	125/78	138
22	PTN	68	154	60	150/80	151
23	HNS	65	143	60	140/70	120
24	SRY	72	152	55	134/81	161
25	KTY	72	144	52	153/85	150
26	SN	75	151	63	163/85	134
27	TKS	76	165	54	103/72	139
28	NZ	69	151	51	135/85	136

29	MU	22	164	64	124/73	103
30	RI	19	165	46	154/77	101
31	SM	21	174	68	103/65	146
32	TKL	59	146	51	110/70	131
33	AR	21	156	59	120/76	139
34	DP	22	149	50	122/65	105
35	WR	54	160	57	119/75	137
36	HR	54	170	71	123/77	98
37	RV	22	145	51	137/76	114
38	KN	20	167	55	114/69	104
39	DI	19	160	54	101/66	99
40	SNR	54	167	61	124/75	125
41	RL	20	160	46	114/84	114
42	KSN	65	148	53	156/90	133
43	SN	78	145	46	117/72	131

Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan adanya variasi tekanan darah dan kadar gula darah pada peserta. Beberapa peserta tercatat memiliki tekanan darah 160/99 mmHg, 163/85 mmHg, dan 156/90 mmHg. Pada pemeriksaan kadar gula darah, terdapat peserta dengan hasil pemeriksaan mencapai 177 mg/dL. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa kondisi kesehatan peserta cukup beragam dan pemeriksaan langsung dapat memberikan gambaran kondisi kesehatan pada saat kegiatan berlangsung.

Pemeriksaan tekanan darah menjadi salah satu bagian penting dalam kegiatan CKG karena memberikan informasi mengenai kondisi tekanan darah peserta. Informasi tersebut dapat membantu peserta mengenali kondisi kesehatannya dan meningkatkan perhatian terhadap pemantauan kesehatan. Literasi kesehatan berbasis komunitas juga berperan dalam membantu masyarakat memahami informasi kesehatan dan menggunakannya dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan (Wit et al., 2018). Hasil pemeriksaan pada kegiatan ini sejalan dengan kegiatan pemeriksaan kesehatan pada Posyandu Lansia Desa Bangunsari, Kabupaten Lampung Selatan, yang menunjukkan bahwa 70,7% dari 75 lansia memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemeriksaan tekanan darah dapat menjadi bagian dari skrining awal untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok lansia (Dewi Puspita Sari et al., 2024).

Pemeriksaan kadar gula darah memberikan informasi mengenai kondisi peserta pada saat pemeriksaan. Hasil yang diperoleh dapat menjadi informasi awal bagi peserta untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan dan melakukan pemantauan secara berkala. Penelitian (Putri et al., 2024) pada lansia di Dusun Karangsari, Sleman, menunjukkan adanya variasi hasil pemeriksaan glukosa darah sewaktu, dengan sebagian peserta berada dalam kategori prediabetes dan diabetes. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemeriksaan glukosa darah dapat menjadi bagian dari skrining awal untuk mengetahui kondisi kesehatan peserta. Penyampaian hasil pemeriksaan secara langsung juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh penjelasan dari tenaga kesehatan mengenai hasil yang diperoleh.

Pengukuran tinggi badan dan berat badan turut dilakukan sebagai bagian dari pemeriksaan kesehatan. Data tersebut memberikan informasi dasar mengenai kondisi fisik peserta dan menjadi informasi pendukung dalam konsultasi kesehatan. Hasil



pemeriksaan yang disampaikan secara langsung membuat peserta dapat mengetahui kondisi berdasarkan hasil pengukuran yang dilakukan pada saat kegiatan.

Kegiatan CKG tidak hanya memberikan layanan pemeriksaan kesehatan dasar, tetapi juga menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mengetahui kondisi kesehatan secara berkala (Fitrianingsih & Ghofur, 2024). Penyampaian hasil pemeriksaan secara langsung dan konsultasi dengan tenaga kesehatan memberikan kesempatan kepada peserta untuk memahami kondisi kesehatannya serta memperoleh arahan mengenai langkah yang dapat dilakukan selanjutnya. Intervensi yang berkaitan dengan literasi kesehatan di lingkungan masyarakat dapat membantu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap informasi kesehatan (Stormacq et al., 2020). Penelitian Stormacq et al. menunjukkan bahwa intervensi literasi kesehatan di masyarakat dapat mendukung peningkatan hasil kesehatan, terutama ketika dilakukan melalui pendekatan yang melibatkan penyampaian informasi dan interaksi dengan peserta.

Hasil pemeriksaan dalam kegiatan ini merupakan gambaran kondisi peserta pada saat pemeriksaan dan tidak digunakan sebagai dasar untuk menetapkan diagnosis penyakit. Pemeriksaan dilakukan dalam satu kali kegiatan sehingga belum dapat menggambarkan perubahan kondisi kesehatan peserta dalam jangka panjang. Hasil pemeriksaan dapat menjadi informasi awal bagi peserta untuk melakukan pemantauan kesehatan secara lebih rutin dan melakukan pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan.

Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Untuk mengetahui perubahan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan, dilakukan evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test* terhadap 43 peserta. *Pre-test* diberikan untuk mengetahui kondisi awal peserta berkaitan dengan pengetahuan mengenai tekanan darah, kadar gula darah, manfaat daun kelor, dan pemanfaatan daun kelor sebagai bahan makanan. Instrumen evaluasi terdiri atas pertanyaan dengan pilihan jawaban “Ya” dan “Tidak”.

Tabel 3. Hasil *Pre-test* Peserta

No.	Indikator Pre-test	Ya (n)	Ya (%)	Tidak (n)	Tidak (%)
1	Mengetahui tekanan darah sebelum pemeriksaan	17	39,5%	26	60,5%
2	Mengetahui kadar gula darah sebelum pemeriksaan	12	27,9%	31	72,1%
3	Mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan	11	25,6%	32	74,4%
4	Mengetahui daun kelor dapat diolah menjadi olahan makanan	21	48,8%	22	51,2%

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan awal peserta pada beberapa indikator masih terbatas. Sebanyak 17 peserta (39,5%) menyatakan mengetahui tekanan darahnya sebelum pemeriksaan, sedangkan 26 peserta (60,5%) belum mengetahuinya. Pada indikator kadar gula darah, hanya 12 peserta (27,9%) yang mengetahui kadar gula darahnya, sementara 31 peserta (72,1%) belum mengetahuinya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebelum kegiatan berlangsung, sebagian besar peserta belum memiliki informasi mengenai hasil pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah yang dimiliki. Kondisi ini menjadi salah satu alasan pentingnya pemeriksaan kesehatan yang disertai dengan penyampaian hasil



kepada peserta. Kegiatan edukasi kesehatan yang dilengkapi dengan pemeriksaan dan evaluasi pengetahuan juga dilaporkan dapat meningkatkan pemahaman peserta. (Isro'atun et al., 2022) melalui kegiatan edukasi hipertensi dan pelayanan kesehatan bagi lansia menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi yang disertai pemeriksaan tekanan darah dan evaluasi *pre-test* serta *post-test*.

Pada indikator pemanfaatan daun kelor, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa hanya 11 peserta (25,6%) yang mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan, sedangkan 32 peserta (74,4%) belum mengetahuinya. Sementara itu, pada pertanyaan mengenai pengolahan daun kelor, sebanyak 21 peserta (48,8%) mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah menjadi makanan dan 22 peserta (51,2%) belum mengetahuinya. Data tersebut menunjukkan bahwa pengenalan terhadap daun kelor belum sepenuhnya diikuti oleh pengetahuan mengenai manfaat dan bentuk pengolahannya. Temuan ini sejalan dengan kegiatan edukasi pemanfaatan daun kelor di Desa Deunong, Aceh Besar, yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi dan praktik pengolahan dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan daun kelor. Dalam kegiatan tersebut, rata-rata pengetahuan peserta meningkat sebesar 14,5%, dari 62,6% menjadi 77,1%, sedangkan keterampilan meningkat dari 79% menjadi 92% (Khazanah et al., 2023).

Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta diberikan *post-test* untuk melihat perubahan pemahaman setelah memperoleh informasi mengenai hasil pemeriksaan kesehatan serta edukasi pemanfaatan daun kelor melalui olahan puding daun kelor. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa seluruh 43 peserta (100%) memberikan jawaban “Ya” pada keempat indikator. Seluruh peserta menyatakan telah mengetahui hasil pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darahnya. Peserta juga menyatakan telah mengetahui manfaat daun kelor bagi kesehatan serta mengetahui bahwa daun kelor dapat diolah menjadi makanan. Perubahan tersebut menunjukkan adanya peningkatan pemahaman secara deskriptif setelah peserta mengikuti rangkaian kegiatan.

Peningkatan pada indikator pemanfaatan daun kelor juga dapat dikaitkan dengan penggunaan contoh produk yang konkret, yaitu puding daun kelor. Peserta tidak hanya memperoleh penjelasan mengenai manfaat daun kelor, tetapi juga diperkenalkan pada bentuk pengolahan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan tersebut membuat informasi mengenai pemanfaatan daun kelor menjadi lebih mudah dipahami karena peserta dapat melihat contoh produk secara langsung. Penelitian pengabdian masyarakat di Desa Janapria menunjukkan bahwa edukasi yang disertai demonstrasi pembuatan puding daun kelor dapat digunakan sebagai pendekatan untuk memperkenalkan pemanfaatan daun kelor sebagai bahan pangan (Azhari, 2024).

Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan perubahan yang cukup besar pada seluruh indikator yang dievaluasi. Pada awal kegiatan, persentase jawaban “Ya” berada pada rentang 25,6%–48,8%, sedangkan setelah kegiatan seluruh indikator mencapai 100%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa informasi yang diberikan selama kegiatan dapat dipahami oleh peserta pada saat evaluasi akhir. Meski begitu, hasil *post-test* perlu dipahami sebagai gambaran perubahan pemahaman segera setelah kegiatan, bukan sebagai bukti bahwa peningkatan tersebut akan bertahan dalam jangka panjang. Instrumen yang digunakan juga hanya terdiri



atas empat pertanyaan dengan pilihan jawaban “Ya” dan “Tidak”, sehingga hasilnya lebih tepat digunakan untuk menggambarkan perubahan pemahaman dasar peserta.

Secara keseluruhan, kegiatan CKG tidak hanya memberikan pelayanan berupa pemeriksaan kesehatan, tetapi juga memberikan informasi yang dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai hasil pemeriksaan dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Kombinasi pemeriksaan, penyampaian hasil, konsultasi, edukasi, serta pengenalan produk olahan daun kelor menjadi bagian yang saling melengkapi dalam kegiatan. Hasil evaluasi pre-test dan post-test memperlihatkan adanya perubahan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Temuan ini juga didukung oleh beberapa kegiatan pengabdian di Indonesia yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai daun kelor, terutama jika disertai praktik atau demonstrasi pengolahan, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat.

KESIMPULAN

Pelaksanaan Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) di RW 01 Kelurahan Mulyojati, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro berjalan dengan baik dan mendapat partisipasi dari 43 peserta. Kegiatan ini memberikan kesempatan kepada masyarakat, khususnya kelompok lanjut usia, untuk mengetahui kondisi kesehatan melalui pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah serta memperoleh konsultasi berdasarkan hasil pemeriksaan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa masih terdapat peserta yang belum mengetahui kondisi tekanan darah dan kadar gula darahnya serta belum memahami manfaat dan pemanfaatan daun kelor. Setelah mengikuti rangkaian kegiatan, hasil *post-test* menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) telah mengetahui hasil pemeriksaan kesehatan dan informasi mengenai manfaat serta pengolahan daun kelor.

Kegiatan ini juga memperkenalkan puding daun kelor sebagai salah satu alternatif olahan pangan berbahan dasar lokal. Secara keseluruhan, program CKG tidak hanya memberikan layanan pemeriksaan kesehatan, tetapi juga membantu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya mengetahui kondisi kesehatan secara berkala dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Kegiatan serupa diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan masyarakat dan tenaga kesehatan agar pemantauan kesehatan, khususnya pada kelompok lansia, dapat dilakukan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, I., Hati, Y., Lubis, Z., Bahri, T., Ainun, K., Kristina, K., & Yunita, S. (2024). Pengadaan Cek Kesehatan Gratis (Lansia) Untuk Menciptakan Masyarakat yang Sadar & Peduli Terhadap Kesehatan di Dusun XI Desa Tanjung Rejo Kec. Percut Sei Tuan. *Jukeshum: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 385–389. <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v4i2.952>
- Amalia, G., Andreas Rony Wijaya, Afni Arifatul Hidayah, Al Khansa, Arnella Hayya Amalia Ovin, Bernadeta Chrisma Damai Saputri, Eva Purnama Sari, Neti Kurnia Sari, Nur Setyo Jatiningtyas, Tegar Adji Syahputra, & Widya Putri Haryati. (2025). GERCEP: Gerakan Cek Kesehatan dan Cegah Sedari Dini, Kolaborasi KKN UNS untuk Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Masyarakat



- di Desa Dibal, Kabupaten Boyolali. *Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat*, 3(5), 208–215. <https://doi.org/10.61722/japm.v3i5.6472>
- Arianti, E. K., Mujia, Y., Nailul Ulah Al Chumairoh, M., Fayola, I., Adi, H., Didit, D., & Suwito, S. (2024). *Pengabdian Kepada Masyarakat Tumbuh Kembang Balita Melalui Program Kegiatan Posyandu Desa Sambungrejo, Kecamatan Sukodono, Kabupaten Sidoarjo*. 2(4), 306–312.
- Azhari, A. P. (2024). *PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI DAN PEMBERIAN PUDING DAUN KELOR DI DESA JANAPRIA*. 5(4), 6106–6110.
- Dewi Puspita Sari, R., Sutyarso, Trijyanthi Utama, W., & Sutarto. (2024). *Pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah pada posyandu lansia di desa bangunsari, kecamatan tanjungsari, kabupaten lampung selatan*. 9, 47–51.
- Fitrianingsih, & Ghofur, A. (2024). *Edukasi tentang Peningkatan Kualitas Hidup Orang Lanjut Usia (Lansia) Melalui Upaya Menjaga Kekebalan Tubuh di Posyandu Beringin V Kelurahan Kedungwuni Barat Kecamatan Kedungwuni* *Education on Improving the Quality of Life of the Elderly (Lansia) Throu*. 1(2), 1–9.
- Isro'atun, Rozi, F., Zhafira, A. S., & Yuliandriani, D. (2022). *Jurnal Bina Desa Edukasi Terkait Hipertensi dan Pelayanan Kesehatan Bagi Lansia Pendahuluan*. 4(13), 204–213.
- Kemenkes RI, P. (2016). Situasi Lanjut Usia. *Infodatin*, 10(16), 5.
- Khazanah, W., Hadi, A., & Miko, A. (2023). *EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KELOR MENJADI PRODUK OLAHAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) BALITA DI DESA DEUNONG , ACEH BESAR* *Education on the utilization of moringa leaves into processed product for supplementary feeding for toddlers in Deunong , Aceh Besar*. 2023(5), 86–90.
- Mangku, I. K., Ardana, K., & Ashari, M. H. (2026). *Peduli kesehatan lansia melalui cek kesehatan gratis dan bakti sosial di banjar kutri singapadu tengah*. 6(Juni), 129–139. <https://doi.org/10.59672/widyamahadi.v6i2.6714>
- Nugroho, P. P., Mahendra, O. I., Shidqi, A. M., M. F., F. N., Ramadhani, L., Ramadhani, S., Imroatus S., Y., Wati, R., Afifah, I., Oktiana, O., Arina, F., Khofifah, N. E., & Putri, I. R. R. (2024). Utilization of Moringa Leaf Extract in Processed Pudding Products as an Effort to Prevent Stunting in Debong Lor Village Tegal City. *AMK : Abdi Masyarakat UIKA*, 3(3), 122–126. <https://doi.org/10.32832/amk.v3i3.2451>
- Nurleli, & Jumade, A. S. (2021). Puding Daun Kelor Cemilan Sehat Pendamping Asi Di Desa Kayuloe Timur Kecamatan. *Jurnal Gesit, II*, 7–14.
- Putri, M. K., Rosita, M. E., & Sari, E. K. (2024). *Pemeriksaan kesehatan tekanan darah, glukosa darah sewaktu dan asam urat pada lansia di dusun karangsari, sleman, yogyakarta*. IV.



- Stormacq, C., Wosinski, J., Boillat, E., & Broucke, S. Van Den. (2020). *Effects of health literacy interventions on health-related outcomes in socioeconomically disadvantaged adults living in the community: a systematic review*. 0. <https://doi.org/10.11124/JBISRIR-D-18-00023>
- Torfiah, L., Masithoh, N., Halizah, S. N., Retnowati, E., Safira, M. E., & Agung Satryo, W. (2024). *MENJAGA KESEHATAN DENGAN SENAM SEHAT BERSAMA MASYARAKAT DAN MAHASISWA KKN UNSURI DI DESA KLOPOSEPULUH SUKODONO SIDOARJO*. 2, 306–312.
- Wit, L. De, Fenenga, C., Giammarchi, C., Furia, L., Hutter, I., Winter, A. De, & Meijering, L. (2018). *Community-based initiatives improving critical health literacy : a systematic review and meta-synthesis of qualitative evidence*. 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4570-7>

